

IDEFIX

Dans le cadre de ma préparation pour l'UTMB, je me suis aligné sur le Raid 28. Il s'agit d'une course d'orientation comprise entre 79 et 85 kilomètres pour cette année avec un départ de Bures sur Yvette et une arrivée jugée à Nogent-le-roi. Il se court en équipe de 5 ou 6

Ce qui devait être un jalon d'essai pour l'UTMB, afin de me jauger, s'est transformé en une véritable aventure humaine. Mon équipe était composée de deux collègues partenaires de mes sorties du midi, Richard et Fred, de notre Féminine Claire, rencontrée lors de la « Carrière by night », de Nicolas 24 ans du Havre et de Philippe 50ans « l'expérimenté du groupe ».



De cette équipe composée de bric et de broc, où jamais aucun entraînement commun ne s'était déroulé, naîtra une véritable cohésion où rien, tout au long des 18 heures de course, ne viendra briser notre entente.

Le jour J, samedi 14 janvier 2006 est arrivé. Nous nous retrouvons tous les 6 dans le gymnase de Bures/Yvette accompagnés de 35 autres équipes. La tension monte, mais déjà une véritable entente est en train de naître.

- 21H30 : Dernières recommandations de l'organisation.
- 22H : Notre capitaine Richard est dans le starting block afin de récupérer le Road Book. Ça y est la course est partie.



Nous nous réunissons tous les deux autour des cartes, Nicolas notre orienteur prend les choses en main. Avec l'aide de Richard, il pointe les 6 premières balises sur la première des 7 cartes. Déjà les premières équipes partent.

- 22H15 : ça y est nous décollons, la tension est à son paroxysme. J'ai la gorge serrée, je m'attaque à mon premier ultra de ma vie ; Jusque là je n'avais couru au maximum que 4 heures d'affilée. Comment mon organisme va supporter ces 18H d'effort ?

Les premières balises sont une formalité, surtout que toutes les équipes sont groupées. Vivement la solitude à 6 au cœur de nos forêts.

Le Raid 28 a un tracé particulier cette année. Nous nous dirigeons plein Nord (alors que le 28 est plein sud!!!), Direction Buc en passant à proximité du CEA à Saclay. Nous croisons mes chemins d'entraînements car je travaille à Saclay.

Au bout de deux heures de course, première surprise de l'organisation : l'Aqueduc de Buc et premières glissades dans la boue pour l'atteindre. Puis, passage dans un tunnel où l'eau nous monte jusqu'au genoux : « Merci les gentils organisateurs du Turoom ». Il fait zéro degré et nous avons les pieds mouillés.

Nous repartons en trotinant et l'entente de l'équipe est parfaite : la rigolade est au RDV.

Notre progression est bonne surtout que nous ayons pris l'option de ne chercher que les balises vertes qui sont pénalisantes et de laisser les bleues gratifiantes de bonus temps. Au bout de 3 heures première erreur, nous butons près de $\frac{3}{4}$ d'heure sur une balise sans la trouver. L'avenir nous apprendra qu'il vaut mieux laisser une balise plutôt que de perdre autant de temps. Beaucoup d'équipes nous ont doublé et premier coup de moins bien pour l'ensemble de l'équipe. Il faut vite repartir pour effacer cela.



Notre progression est à nouveau bonne et au bout de 30 kilomètres, grâce à une excellente orientation de Nicolas, nous sommes 5^{ème} (en progression mais comme nous ne cherchons pas les balises bleues, notre classement réel est moins bon). Malgré tout cela nous réconforte surtout qu'à ce moment là les premières fatigues se font sentir bien qu'il nous reste 50 bornes à parcourir.

Au bout de 9 heures de course, nous arrivons à un point de contrôle(PC). Je demande combien avons nous parcourus de kilomètres. On me répond 42 kil !!! QUOI !!! Je n'en crois pas mes oreilles. Nous avons fait un Marathon en 9 heures. Ce sera certainement le plus long Marathon de ma « carrière ». Une envie d'étrangler le bénévole me traverse l'esprit. Encore 40 bornes à faire. Ce n'est pas possible.

Malgré tout il faut repartir.

Notre progression, après nous avoir emmené à Versailles, Plaisir, Neauphle-le-château, Maurepas, nous amène aux Etangs de Hollande. Il est 10H30, nous sommes exténués et une nouvelle surprise nous attend : un tunnel de 800m de long avec de l'eau jusqu'aux chevilles. Grand classique sur le Raid 28. Merci les GO.

A la sortie du tunnel, c'est le PC12 : 53 kilomètres ont été parcourus et il en reste 27 et nous sommes à bout.

C'est à ce moment que j'ai bien cru que nous ne finirions pas. Fred est blessé au genou et doute de pouvoir finir. Heureusement, l'aide de Philippe et les bâtons de Claire le relanceront : C'est ça une course d'équipe.

Plus on avance et plus la fatigue se fait sentir. Nous laissons de plus en plus de balise verte pour nous concentrer sur les PC qui sont eux obligatoires. C'est là que nous comprenons que les ¾ d'heure perdue au début était bien inutile..

Nous marchons, nous trottons. Il faut absolument arriver au PC 14 avant 14 heures, sous peine d'élimination pour dépassement de barrière horaire.

Nous y arrivons à 13H59'35 : OUF! .

Ca y est, il ne nous reste que 13 bornes à faire. Plus rien ne peut nous arrêter. Nicolas, qui jusque là était notre homme fort, présente les premiers signes de faiblesse : des ampoules aux pieds le font terriblement souffrir. C'est là que notre super Philippe entre en scène : à l'aide de sa corde il accroche Nicolas et l'aide à avancer.



Fred qui se refait une santé m'aide à courir à l'aide d'un bâton auquel je m'accroche. Merci Fred : Il s'agit bien d'une course d'équipe.

Ca y est Nogent-le-roi se profile enfin. Les frissons nous gagnent.

Ma femme et mes 3 enfants sont là à l'arrivée. Les larmes me montent aux yeux. Nous passons la ligne d'arrivée accompagnés de ma famille : Un moment inoubliable dans la vie d'un coureur.

Nous nous congratulons, nous sommes heureux. J'embrasse Richard, ça y est mon Riri, on l'a fait notre Raid 28.



Bien sur les douleurs sont là, nous marchons en canard. Mais bon, nous avons franchi la ligne d'arrivée tous les 6, ensembles, soudés.

Que retiendrai-je de ce Raid 28. Tout d'abord que les efforts en équipe sont merveilleux, que je suis capable de courir plus de 80 kilomètres et de tenir plus de 18 heures.

Ce Raid m'a permis d'entrevoir l'UTMB de façon positive. Un bon test et une vraie aventure humaine.

Merci à Claire, Philippe, Nicolas, Richard et Fred qui, sans eux, cette expérience n'aurait pas été possible.

Merci aussi à ma femme et mes 3 fils d'accepter de partager la vie d'un fêlé de la course à pieds.



Et à bientôt pour de nouvelles aventures.